

"СОГЛАСОВАНО"

Руководитель Заказчика

\_\_\_\_\_/Комарских С.И/

"УТВЕРЖДЕНО"

Руководитель Исполнителя

Мишкарев А.Б.

(подпись)

## Примерное десятидневное цикличное меню для организации питания обучающихся в МБОУ г. Кургана «СОШ № 49» в возрасте до 11 лет (завтрак) (не менее 20% суточного рациона).

1 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>675</b>												
<b>Бутерброд горячий с сыром и масло сливочным</b>			50	5,2	6,2	8,6	92,2	11	0,05	42	12	10	1	1,01	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10															
	Сыр*	20,20	20												
	Масло сливочное*	10,00	10												
	Хлеб пшеничный*	20,00	20												
<b>Каша молочная пшенная, с маслом сливочным</b>			150/5	3,15	3,6	9,08	138,72	1,46	0,06	61	155,08	101,25	15,75	0,08	
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №311															
	Молоко цельное*	112,50	112,5												
	Крупа пшено*	30,80	30,8												
	Сахар*	3,80	3,8												
	Масло сливочное*	5,00	5												
	Соль*	0,20	0,2												
<b>Кофейный напиток на цельном молоке (4/10/100)</b>			200	1,14	3,3	12,2	122,7	1,4	0,02	12	50	18	6	0,3	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №11.52															
	Кофейный напиток*	4,00	4												
	Молоко цельное*	100,00	100												
	Сахар*	10,00	10												
<b>Сок фруктовый т/п в ассортименте</b>			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9	
Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
	Сок(т/п)*	200,00	200												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8	
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
	Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>															
<b>Батончик витаминизированный</b>			50	6,32	5,68	13,44	150,4	2	0,07		40		7	1,14	
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811															
	Батончик витаминизированный*	50,00	50												
<b>Итого:</b>				<b>17,42</b>	<b>19,09</b>	<b>73,63</b>	<b>624,32</b>	<b>21,86</b>	<b>0,24</b>	<b>140,00</b>	<b>321,68</b>	<b>244,15</b>	<b>68,55</b>	<b>5,23</b>	
2 день															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				



	г		Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>610</b>												
<b>Запеканка из творога "Витаминная", со сметаной</b>			170/10	11,21	12,2	17,35	278,8	2,1	0,09	49	125,83	199,1	18,99	0,9	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №223															
	Творог*	98,30	96,3												
	Морковь *	47,60	47,6												
	Крупа манная*	19,00	19												
	Яйцо	13,60	13,6												
	Сахар*	22,10	22,1												
	Масло растительное*	3,00	3												
	Сметана*	5,60	5,6												
	Соль*	0,60	0,6												
	Сметана*	10,00	10												
<b>Чай с сахаром и шиповником</b>			200			14,97	59,88	105	0,16	58	12	2	5	0,3	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №376															
	Сахар*	7,00	7												
	Чай*	2,00	2												
	Шиповник*	10,00	10												
<b>Хлеб пшеничный</b>			30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,5	4,2	0,3	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
	Хлеб пшеничный*	30,00	30												
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>															
<b>Молоко обогащенное</b>			200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5	
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8															
	Молоко обогащенное т/п*	200,00	200												
<b>Итого:</b>				<b>19,51</b>	<b>18,84</b>	<b>68,32</b>	<b>589,08</b>	<b>124,10</b>	<b>0,58</b>	<b>287,00</b>	<b>221,83</b>	<b>220,60</b>	<b>51,19</b>	<b>3,00</b>	
<b>3 день</b>															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>770</b>												
<b>Котлета рыбная "Любительская"</b>			100	8,21	7,9	5,2	143,7	3,1	0,11	23	119,8	139,3	31,79	1,9	
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №390															
	Филе рыбы	117,24	68												
	Морковь *	20,00	20												
	Хлеб пшеничный*	8,00	8												
	Лук репчатый *	6,70	6,7												
	Молоко цельное*	10,00	10												
	Яйцо*	10,00	10												
	Хлеб пшеничный (для сухарей)*	9,38	6												
	Соль*	0,30	0,3												
	Масло растительное*	3,00	3												
<b>Подгарнировка: Маринад овощной с томатом</b>			70	0,69	2,13	3,22	24,22	15,4	0,05	84	8,82	16,38	12,6	0,56	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124															
	Морковь *	42,00	42												
	Лук репчатый *	10,50	10,5												
	Томатная паста*	4,20	4,2												
	Масло растительное*	3,00	3												
	Лимонная кислота*	0,26	0,26												
	Сахар*	0,60	0,6												
	Соль*	0,30	0,3												



<b>Рис припущенный</b>		150	3,9	5,7	27	186		0,05	59	61	34	9	0,4	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №305														
Крупа рис пропаренный*	40,00	40												
Масло сливочное*	3,50	3,5												
Соль*	0,30	0,3												
<b>Сок фруктовый т/п в ассортименте</b>		200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9	
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(т/п)*	200,00	200												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>		30	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>														
<b>Кисель витаминизированный "Витошка"</b>		200			24	95	20,1	0,3	130					
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Кисель "Витошка"*	25,00	25												
<b>Хлеб витаминизированный</b>		20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб витаминизированный*	20,00	20												
<b>Итого:</b>			<b>17,37</b>	<b>16,47</b>	<b>102,86</b>	<b>674,62</b>		<b>44,60</b>	<b>0,67</b>	<b>321,00</b>	<b>286,19</b>	<b>355,58</b>	<b>112,09</b>	<b>7,21</b>
<b>4 день</b>														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>540</b>											
<b>Жаркое с мясом</b>			250	8,21	12	17,81	201,11	22,22	0,05	78,11	47,78	16,67	17,78	0,81
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №111														
Гуляш из мяса (пром-ного пр-ва)*	77,80	77,8												
Картофель *	133,30	133,3												
Лук репчатый *	27,80	27,8												
Морковь *	22,20	22,2												
Масло растительное*	3,30	3,3												
Томатная паста*	4,40	4,4												
Масло сливочное*	11,10	11,1												
Соль*	0,60	0,6												
<b>Кефир с сахаром</b>		200	5,2	5	19,1	172,68	1,4	0,06	65	130	180	14	0,7	
Сб.тех.норм."Хлебпродинформ",М.,1996г ч1 №645														
Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												
<b>Хлеб пшеничный</b>		20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб пшеничный*	20,00	20												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>		20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>														
<b>Батончик витаминизированный</b>		50	6,32	5,68	13,44	150,4	2	0,07		40		7	1,14	
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811														
Батончик витаминизированный*	50,00	50												
<b>Итого:</b>			<b>22,77</b>	<b>17,47</b>	<b>77,19</b>	<b>657,01</b>		<b>25,62</b>	<b>0,24</b>	<b>143,11</b>				



5 день														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>730</b>											
<b>Тефтели с соусом</b>			100/30	11,35	11,21	24,53	209,5	14	0,2	56	226,37	139,45	18,08	1,85
Сборник тех. нормативов. Под ред. Л.С.Коровка. Пермь,2008г №202														
Тефтели (пром-ного пр-ва):			117,00	117										
Мясо п/ф			64,30	64,3										
Молоко*			38,00	38										
Крупа рис круглозерный*			5,00	5										
Хлеб пшеничный*			11,00	11										
Яйцо*			2,40	2,4										
Соль*			0,50	0,5										
Хлеб пшеничный (для сухарей)*			6,16	4										
Масло растительное*			2,00	2										
Мука в/с*			1,35	1,35										
Морковь *			3,00	3										
Лук репчатый *			2,00	2										
Томатная паста*			3,00	3										
Сахар*			0,30	0,3										
Соль*			0,50	0,5										
<b>Каша гречневая по "Купечески"</b>			150	2,8	5,6	18,8	135,46	1,2	0,07	65	60,31	42,36	8,9	0,5
Лечебное питание детей в стационарах №8.4														
Крупа гречневая*			45,00	45										
Масло сливочное*			10,00	10										
Морковь *			15,00	15										
Лук репчатый *			20,00	20										
Масло растительное*			2,00	2										
Соль*			0,30	0,3										
<b>Сок фруктовый т/п в ассортименте</b>			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №11.16														
Сок(т/п)*			200,00	200										
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			30	2,55	0,5	10	64,26		0,06		17,07	74,6	27,9	1,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*			30,00	30										
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>														
<b>Напиток витаминизированный "Витошка"</b>			200			19	80	20	0,3	120				0,4
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Напиток "Витошка"*			20,00	20										
<b>Хлеб витаминизированный</b>			20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб витаминизированный*			20,00	20										
<b>Итого:</b>				<b>18,72</b>	<b>17,55</b>	<b>105,77</b>	<b>650,66</b>	<b>41,20</b>	<b>0,73</b>	<b>266,00</b>	<b>383,25</b>	<b>347,71</b>	<b>85,68</b>	<b>7,10</b>
6 день														
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>675</b>											
<b>Бутерброд горячий с сыром и маслом сливочным</b>			60	7,89	9,38	10,3	104,18	12	0,09	45	18,5	12,4	1,5	0,52



Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №10															
	Сыр*	20,20	20												
	Масло сливочное*	10,00	10												
	Хлеб пшеничный*	30,00	30												
<b>Каша молочная рисовая с маслом сливочным</b>				150/5	3,25	2,9	11,1	116,5	5,46	0,01	92,02	64,25	50,25	10,75	0,21
Лечебное питание детей в стационарах №6.3															
	Крупа рис круглозерый*	30,00	30												
	Молоко цельное*	112,50	112,5												
	Сахар*	3,40	3,4												
	Масло сливочное*	5,00	5												
	Соль*	0,20	0,2												
<b>Какао на цельном молоке (200/7/2)</b>				200	5,34	5,3	16,2	148,7	1,6	0,03	40	105	70	18	0,4
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8															
	Какао*	2,00	2												
	Молоко цельное*	200,00	200												
	Сахар*	7,00	7												
<b>Сок фруктовый т/п в ассортименте</b>				200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
	Сок(т/п)*	200,00	200												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>				20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															
	Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>															
<b>Батончик витаминизированный</b>				40	6,32	5,68	13,44	150,4	2	0,07		40		7	1,14
Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811															
	Батончик витаминизированный*	40,00	40												
<b>Итого:</b>					<b>24,41</b>	<b>23,57</b>	<b>81,35</b>	<b>640,08</b>	<b>27,06</b>	<b>0,24</b>	<b>202,02</b>	<b>292,35</b>	<b>247,55</b>	<b>76,05</b>	<b>5,97</b>
<b>7 день</b>															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>695</b>												
<b>Бутерброд с сыром</b>				40	5,2	7,5	7,3	122	1	0,2	15,4	25,4	2,54	2,89	0,01
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №1															
	Сыр*	10,10	10												
	Хлеб пшеничный*	30,00	30												
<b>Омлет с картофелем (запеченный), со сливочным маслом</b>				200/5	15,94	18,14	22,82	248,08	8,65	0,18	130,2	178,76	152,44	13,44	1,37
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могилный №211															
	Яйцо*	94,00	94												
	Молоко цельное*	35,30	35,3												
	Картофель *	129,30	129,3												
	Масло растительное*	5,00	5												
	Соль*	0,90	0,9												
	Масло сливочное*	5,00	5												
<b>Сок фруктовый т/п в ассортименте</b>				200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9
Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
	Сок(т/п)*	200,00	200												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>				30	2,55	0,5	10	64,26		0,06					
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.1															



Хлеб-ржано пшеничный*	30,00	30												
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>														
<b>Кисель витаминизированный "Витошка"</b>			200		24	95	20,1	0,3	130					
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Кисель "Витошка"	25,00	25												
<b>Хлеб витаминизированный</b>			20	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2														
Хлеб витаминизированный*	20,00	20												
<b>Итого:</b>				<b>25,71</b>	<b>26,38</b>	<b>97,56</b>	<b>690,78</b>	<b>35,75</b>	<b>0,84</b>	<b>300,60</b>	<b>300,73</b>	<b>320,88</b>	<b>75,03</b>	<b>5,73</b>

**8 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>530</b>											
<b>Филе куриное "Нежность"</b>			110	8,58	7,02	9,45	123,7	6,9	0,1	51	109,88	25,02	30	1

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах, 2004 г. №493

Грудка куриная*	111,78	81,6												
Масло растительное*	2,50	2,5												
Лук репчатый *	20,00	20												
Морковь *	20,00	20												
Мука в/с*	2,00	2												
Томатная паста*	5,00	5												
Сметана*	7,00	7												
Соль*	0,50	0,5												
<b>Макаронны отварные</b>			150	2,7	3,48	15,6	158,8		0,04	32	12,72	8,21	2,53	0,2

Лечебное питание детей в стационарах №8.1

Макаронные изделия*	52,50	52,5												
Масло сливочное*	6,00	6												
Соль*	0,50	0,5												

<b>Кефир с сахаром</b>			200	5,2	5	19,1	172,68	1,4	0,06	65	130	180	14	0,7
------------------------	--	--	-----	-----	---	------	--------	-----	------	----	-----	-----	----	-----

Сб.тех.норм."Хлебпродинформ",М.,1996г ч1 №645

Кефир*	207,00	200												
Сахар*	10,00	10												

<b>Хлеб пшеничный</b>			30	2,3	0,24	26,6	130,4		0,03		6	19,5	4,2	0,3
-----------------------	--	--	----	-----	------	------	-------	--	------	--	---	------	-----	-----

Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2

Хлеб пшеничный*	30,00	30												
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>														
<b>Батончик витаминизированный</b>			40	6,32	5,68	13,44	150,4	2	0,07		40		7	1,14

Лечебное питание. Преображенская Э.Н. 2002г №811

Батончик витаминизированный*	40,00	40												
------------------------------	-------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<b>Итого:</b>				<b>25,1</b>	<b>21,42</b>	<b>84,19</b>	<b>735,98</b>	<b>10,3</b>	<b>0,3</b>	<b>148</b>	<b>298,6</b>	<b>232,73</b>	<b>57,73</b>	<b>3,34</b>
---------------	--	--	--	-------------	--------------	--------------	---------------	-------------	------------	------------	--------------	---------------	--------------	-------------

**9 день**

Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ						
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг			
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>795</b>											
<b>Рыба, запеченная с картофелем по-русски</b>			250	14,33	14,4	25,07	312,27	1	0,09	86,67	159,07	115,33	4,67	0,13

Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могилынский №229

Филе рыбы	105,17	61												
-----------	--------	----	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Передан через Диадок 07.10.2022 10:43 GMT+03:00  
75саа67е-971а-4а96-8689-4де7f5е83е09



Картофель *	130,70	130,7													
Масло сливочное*	5,30	5,3													
Мука в/с*	5,30	5,3													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	6,25	4													
Соль*	0,20	0,2													
Масло сливочное*	5,00	5													
Масло растительное*	3,00	3													
<b>Маринад овощной с томатом</b>			100	0,98	3,18	4,6	34,6	22	0,06	95	12,6	23,4	18	0,6	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №9.124															
Морковь *	60,00	60													
Лук репчатый *	15,00	15													
Томатная паста*	6,00	6													
Масло растительное*	10,00	10													
Лимонная кислота*	0,40	0,4													
Сахар*	0,80	0,8													
Соль*	1,00	1													
<b>Сок фруктовый т/п в ассортименте</b>			200	0,1		21,2	74,5	6		25	58	78,3	28	1,9	
Лечебное питание детей в стационарах №11.16															
Сок(т/п)*	200,00	200													
<b>Хлеб пшеничный</b>			20	1,53	0,16	17,73	87,02		0,02		4	13	2,8	0,2	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб пшеничный*	20,00	20													
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>															
<b>Кисель витаминизированный "Витошка"</b>			200			24	95	20,1	0,3	130					
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8															
Кисель "Витошка"*	25,00	25													
<b>Хлеб витаминизированный</b>			25	1,92	0,24	12,24	86,94		0,1		21,5	13	2,8	0,65	
Лечебное питание (под ред.М.А.Самсонова 1995г.) №15.2															
Хлеб витаминизированный*	20,00	20													
<b>Итого:</b>				<b>18,86</b>	<b>17,98</b>	<b>104,84</b>	<b>690,33</b>	<b>49,10</b>	<b>0,57</b>	<b>336,67</b>	<b>255,17</b>	<b>243,03</b>	<b>56,27</b>	<b>3,48</b>	
<b>10 день</b>															
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Химический состав					Наименование пищевых веществ							
			Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угл., г	Эц, ккал	Витамины			Минералы, мг				
								С, мг	В1, мг	А, мг рет. экв.	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Завтрак 81(руб)</b>			<b>680</b>												
<b>Котлета "Детская"</b>			100	9,62	11,09	14,99	174,5		0,07	0,01	97,2	113,67	20,3	1,52	
Лечебное питание детей в стационарах №2.6															
Мясо п/ф	67,80	67,8													
Лук репчатый *	8,30	8,3													
Хлеб пшеничный*	16,70	16,7													
Яйцо*	2,70	2,7													
Хлеб пшеничный (для сухарей)*	12,50	8													
Соль*	0,50	0,5													
Масло растительное*	1,00	1													
<b>Капуста тушеная</b>			160	3,38	2,33	15,8	149,33	62,8	0,05	109,87	83,2	64	10,8	0,43	
Сборник для обр.учрежд.,2011г.,Могильный №321															
Капуста*	183,50	183,5													
Масло растительное*	3,20	3,2													
Морковь*	3,20	3,2													
Лук репчатый*	6,40	6,4													
Томатная паста*	3,20	3,2													



Мука в/с*	3,20	3,2												
Сахар*	2,10	2,1												
Соль*	0,30	0,3												
<b>Компот из смеси сухофруктов</b>			200	0,8	1	18,4	70,4	6,6	0,2	15,2	12	8,1	10,3	0,4
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. 2011 г. №864														
Сухофрукты*	20,00	20												
Сахар*	7,00	7												
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>			20	1,51	0,31	9,11	45,8		0,04		6,6	36,6	10,8	0,8
Лечебное питание (под ред. М.А.Самсонова 1995г.) №15.1														
Хлеб-ржано пшеничный*	20,00	20												
<b>Витаминизация 35 (руб)</b>														
<b>Молоко обогащенное</b>			200	6	6,4	9,4	120	17	0,3	180	78		23	1,5
Семидневное меню. Практическое руководство (2014г) №11.8														
Молоко обогащенное т/п*	200,00	200												
<b>Итого:</b>				<b>21,31</b>	<b>21,13</b>	<b>67,7</b>	<b>560,03</b>	<b>86,4</b>	<b>0,66</b>	<b>305,08</b>	<b>277</b>	<b>222,37</b>	<b>75,2</b>	<b>4,65</b>

Зам.директора по производству

\_\_\_\_\_

Истомина О.Л.

Главный технолог



\_\_\_\_\_

Гольшева А.А.

Идентификатор документа 75caa67e-97fa-4a96-8689-4de7f5e83e09



## Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Подписи отправителя:	 Владелец сертификата: организация, сотрудник МУНИЦИПАЛЬНОЕ УНИТАРНОЕ ПРЕДПРИЯТИЕ ГОРОДА КУРГАНА "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" МИШКАРЕВ АЛЕКСАНДР БОРИСОВИЧ, ДИРЕКТОР	Сертификат: серийный номер, период действия 01D63BBE0025AFC9A441EFC9C86A4E6 с 05.10.2022 14:22 по 05.01.2024 14:22 GMT+03:00	Дата и время подписания 07.10.2022 10:43 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:	 МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 49" Комарских Светлана Ивановна, Директор	4C4C76B221C85B8FF41E020DFA8E9D с 29.04.2022 11:40 по 23.07.2023 11:40 GMT+03:00	Подпись не подтверждена